



AÏKIDO



Séminaire Ecole des cadres Nationale

LIGUE PACA



18 & / Octobre
19 / 2025

ANIMÉ PAR

Xavier DUFAU

CEN 6^{ème} Dan

&

Aurélien BUFFET

Chargé de mission 5^{ème} DAN

Samedi 18 octobre 2025

9h-10h30 : Préparation Traditionnelle commentée
Thème fédéral

10h30-12h : Réponses sur le tatami au questionnaire

14h30-16h00 : Les accidents liés à la pratique

16h00-17h30 : Prises en compte des questions

17h30-19h00 : Thème fédéral – Les armes et la pratique

Dimanche 19 octobre 2025

9h-10h30 : Préparation traditionnelle commentée
Thème fédéral

10h30-11h30 : Les armes et la pratique

11h30-12h00 : Bilan du stage

Lieu

Dojo gymnase

Collège Louis PHILIBERT

Allée des tilleuls

13610 Le Puy Sainte Réparate

Conditions d'accès au stage :

Etre titulaire du 2^{ème} Kyu

Participer à l'ensemble du stage

*Inscription avant le 1/10/2025 et réservation
de l'hébergement et des repas avant le
25/09/2025*

Présentation du passeport fédéral avec le timbre de licence de la saison en cours

INSCRIPTION AU STAGE : 30 € auxquels il faut rajouter les coûts éventuels de l'hébergement et des repas.

Pour tout renseignement - Tél : 0611712574

mail: antoine.povdatz@ikmail.com

**SEMINAIRE ECOLE DES CADRES NATIONALE
LES 18 ET 19 OCTOBRE 2025 Au Puy Sainte Réparade**

INFORMATIONS/INSCRIPTION REPAS ET HEBERGEMENT (Cocher les options désirées)

- Samedi midi : Repas livré par un traiteur à 15€ ;
- Hébergement en gîtes de 4 personnes, à La Baume Résidence de vacances - rue des Oliviers 13640 La Roque d'Anthéron, en chambres partagées en lits une personne à 44,75€ par personne comprenant la nuitée du samedi, le repas du samedi soir ainsi que le petit déjeuner du dimanche matin (supplément de 1,50€ pour un repas Halal ou sans gluten), linge de maison fourni mais pas le linge de toilette ;
- Dimanche midi : Apéritif déjeunatoire livré par un traiteur à 12€.

La date limite pour les réservations de l'hébergement et des repas est le

25 septembre 2025

INSCRIPTION :

Merci de remplir le tableau de votre inscription très lisiblement

Nom, Prénom :

Age :

Adresse :
.....

e-mail :

Tel :

Club :

Ligue :

Grade :

Date d'obtention :

Début en Aïkido :
.....

Fiche d'inscription et chèque de réservation pour l'hébergement ainsi que le stage à retourner à :

Mme Lisa GERARD,
55 rue du Colisée
13 270 FOS SUR MER